



# El truc de la gelatina que et farà perdre la por a volar

L'aerofòbia és la por de volar en avió i afecta dues de cada tres persones. A Nadal i a l'estiu són les èpoques en què més gent la pateix, ja que durant els mesos de vacances és molt comú agafar un avió per marxar de viatge.

Aquesta fòbia sol tenir símptomes com **la sudoració excessiva, l'augment de la freqüència cardíaca i la hiperventilació**. Si durant el vol es dona una situació de turbulències, és possible desencadenar un **atac de pànic**, ja que els moviments bruscs i forts d'avió poden arribar a fer molta por.

En realitat, però, les turbulències són molt segures. Es produeixen a causa de canvis en la velocitat del vol, la direcció dels corrents d'aire o diverses situacions meteorològiques. La *tiktoker* australiana Anna Paul ha demostrat el motiu pel qual **no s'ha de tenir gens de por en aquests casos**.

@anna..paul

Fear of flying tip ????

? original sound - Anna Paul

Per explicar-ho, ha agafat un pot de gelatina i hi ha ficat un paper a dins. La gelatina simbolitza l'aire on s'està volant i el paper representa que és l'avió. Quan li dona cops a la gelatina, **el paper es mou, però està encallat i és impossible que pugui o baixi**. I això mateix és el que passa amb l'avió quan hi ha turbulències, que **és impossible que caigui perquè té pressió per tots els costats**.

Gràcies a aquest TikTok **moltes persones han aconseguit estar tranquil·les a dalt un avió**. "Una assistent de vol em va dir que una turbulència mai ha fet que l'avió caigui, però si s'obre una finestra ens morim tots" o "Crec que la meua por de volar s'acaba de curar" són alguns dels comentaris rebuts.